

资格证面试教案—初中体育

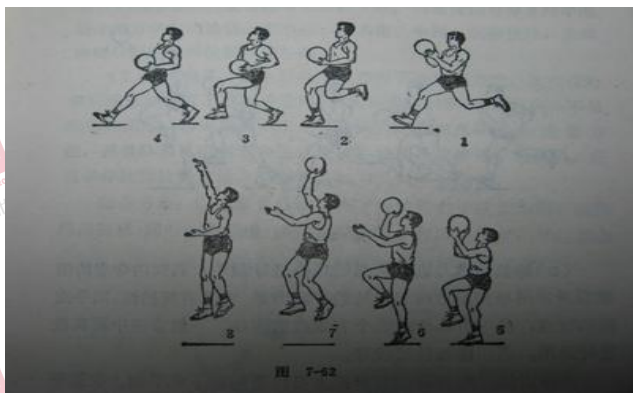
第一篇《篮球三步上篮和乒乓球发》2

第二篇《羽毛球正手击后场高远球和排球正面双手垫球》6

第一篇《篮球三步上篮和乒乓球发球》

1、题目：篮球三步上篮和乒乓球发球

2、内容：



3、要求

- (1) 设计篮球三步上篮教学步骤（展现出纠错环节）
- (2) 示范乒乓球上旋、下旋两种发球方式
- (3) 10 分钟内完成试讲

教学设计解析

(1) 教学过程:

教学目标:

知识与技能: 了解助跑节奏, 80%同学初步掌握三步上篮动作要领, 20%同学流畅完成。

过程与方法: 通过练习提高速度素质, 发展学生协调性。

情感态度价值观: 培养学生团结协作的意识, 树立坚强勇敢的意志品质。

重点: 助跑节奏和上篮动作

难点: 上下肢协调性

(一) 开始部分:

整理队伍

点名报数

安排见习

宣布上课

(二) 准备部分:

1、绕篮球场慢跑两圈

2、篮球韵律操

(三) 基本部分

1、篮球运球接力比赛：将学生分成四组，在篮球场进行运球接力比赛，率先完成的队伍获胜。巩固和提高学生对球的控制能力，激发学生学习兴趣

2、利用挂图讲解三步上篮技术动作并示范

动作要领：右脚跨出一大步的同时接球，接着左脚跨出一小步并用力蹬地起跳，然后右腿屈膝上抬，当身体接近最高点时，右臂向前上方伸出，手腕前屈，食中指用力拨球，通过指端将球投出

引导学生总结出“一大、二小、三高”

3、学生分组练习

1) 学生原地进行徒手的上篮步伐练习

2) 两人一组，一人持球，一人练习跨步拿同伴手中球后起跳投篮

3) 将学生分为四组进行运一次球跨步拿球上篮练习

4、教师巡回指导，纠正学生错误动作。优生示范

5、游戏竞赛：运球投篮比赛

1) 规则方法：把学生分为两组进行运球投篮比赛，在单位时间内比两队累积进球次数

2) 教师组织，强调安全

（四）结束部分

- 1、放松活动：教师带领学生在音乐的伴奏下做踏步放松练习
- 2、课堂小结：学生相互评价，总结自己收获和不足，教师点评总结
- 3、整理器材，宣布下课

（2）动作要领：

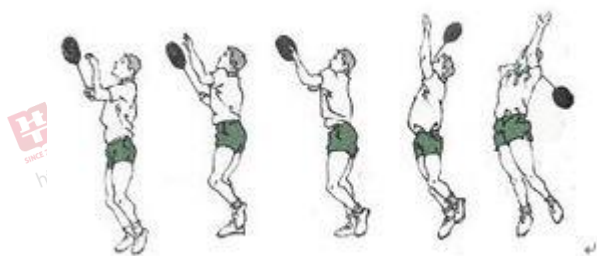
上旋球：将球抛起，拍面前倾，触球中上部，向前同时向上方磨擦

下旋球：先将球高抛，身体向下曲，看好球的落点，球降落在离球台大概 10 厘米的时候，球拍切球底部

第二篇《羽毛球正手击后场高远球和排球正面双手垫球》

1、题目：羽毛球正手击后场高远球和排球正面双手垫球

2、内容：



3、要求：

- (1) 设计羽毛球正手击后场高远球技术的教学步骤与练习方法
- (2) 展现出纠错环节
- (3) 讲解示范排球正面双手垫球
- (4) 10 分钟完成试讲

教学设计解析：

（1）教学过程：

教学目标：

知识与技能：了解羽毛球基本规则，80%同学初步掌握击球动作要领，20%同学流畅完成。

过程与方法：通过练习提高速度素质，发展学生协调性。

情感态度价值观：培养学生团结协作的意识，树立坚强勇敢的意志品质。

重点：准备姿势和腕关节发力动作

难点：上下肢协调性

（一）开始部分：

整理队伍

点名报数

安排见习

宣布上课

（二）准备部分：

1、绕羽毛球场慢跑两圈。要求：边跑动边活动肩轴、膝踝关节

2、游戏：看谁接的多。方法：将学生分为四组，一人朝不同

方向抛球，另一名同学接球，依次进行

（三）基本部分

1、激趣导入部分：在羽毛球场地上画两条相距十米的线，鼓励学生尝试将球击打到终点线后。教师给学生示范，学生对比思考，激发学生的学习欲望

2、教师讲解示范：学生两侧站立学习

动作要领：击球前握拍手自然提起，做好击球的姿势，寻找来球，并找准击球点，击球时转动肩关节准备发力；击球瞬间手臂发力挥动，腕力尤其是手指发力要突然爆发，把球击向对方高远处

3、学生分组练习

1) 学生体操队形散开听老师口令进行挥拍动作练习

2) 两人一组，击固定球练习

3) 两人一组，一人抛球，一人接球练习

4、预防与纠正错误：教师巡回指导学生错误动作，共性问题集体纠正，个别问题单独纠正

5、游戏竞赛：击球接力

将学生分为四组，每组平均分配到羽毛球场地两侧，每人击球一次，哪支队伍连续击球次数多获胜

教师组织学生游戏，强调安全

（四）结束部分

- 1、放松活动：教师带领学生在音乐的伴奏下做踏步放松练习
- 2、课堂小结：学生相互评价，总结自己收获和不足，教师点评总结
- 3、整理器材，宣布下课

（3）动作要领：

排球正面双手垫球：正面对准来球，两脚开立，两臂并靠插入球下，在腰腹前约一臂距离的位置上，用腕关节以上 10 厘米左右部位，触球的后中下部，并迅速蹬伸前移重心。击球时，两臂伸直夹紧，提肩压腕、前送，靠上下肢的协调用力配合来控制击球的力量和方向。

温馨提示：华图教师网(<http://www.hteacher.net/>)，微信公众号：hnhtjs，教师招聘、教师资格证考试公告、备考资讯及时推送，更多精彩，欢迎订阅！



扫码关注微信公众号